„Сехурите, јер у сехуру је берекет.“

Од Енеса бин Малика, радијаллаху анху, преноси се да је Посланик, саллаллаху 'алејхи ве селлем, рекао: „Сехурите, јер у сехуру је берекет.“
[صحيح] [متفق عليه]

Посланик, саллаллаху 'алејхи ве селлем, подстицао је на сехур, односно на јело у последњем делу ноћи као припрему за пост, јер у њему има берекета, односно велике користи у виду награде, могућности да се устане за молитву у касној ноћи, јачања за пост, освежавања за њега и ублажавања његове тешкоће.

http://www.sunnah.global/hadeeth/sr/show/4498